

28. Août 2024

SÉRIE SUR LA VIE SPIRITUELLE

"La prière du cœur"

(Partie III)

Celui qui s'est engagé dans la prière du cœur depuis longtemps et la pratique régulièrement, éprouvera la joie que cette prière devienne réellement présente dans le cœur. Il nous devient facile de nous retirer dans cette "cellule intérieure" qui s'est formée par la prière, précisément aux moments où le bruit nous gêne et où nous sommes le plus exposés au danger de la dispersion. Mais même si notre environnement n'est pas aussi bruyant, nous nous retirerons volontiers dans cette "cellule intérieure" pour être seuls avec le Seigneur. Au fil du temps, cela devient une seconde nature pour nous. Bien sûr, pour y parvenir, nous devons suivre les impulsions de la grâce et cultiver la prière intérieure. Ainsi, cela devient une bonne habitude spirituelle de se retirer volontiers dans la prière, trouvant, par la prière, notre foyer dans le Seigneur.

Certains maîtres spirituels parlent de "prière automatique", en ce sens que l'Esprit de Dieu lui-même prie en nous, de sorte que l'on peut se surprendre à prier intérieurement, sans l'avoir commencé consciemment et de sa propre initiative. Il peut arriver, par exemple, que nous nous réveillions le matin et que nous soyons déjà en train de prier, ce qui est, bien sûr, très réconfortant.

Nous avons dit au début que la prière du cœur est une sorte de "prélude" à la contemplation. En effet, elle l'est, pour autant qu'elle aille de pair avec un cheminement spirituel sérieux.

La contemplation est un don que Dieu accorde - selon sa volonté - lorsque l'âme a franchi les étapes correspondantes vers la transformation intérieure. Bien que la contemplation soit toujours un cadeau gratuit, nous pouvons en préparer le terrain par notre coopération. Dans la contemplation, c'est Dieu lui-même qui agit directement dans notre âme, l'attirant à lui et la façonnant, sans notre participation active comme dans les autres formes de prière. Mais inviter Dieu à travailler en nous de cette manière

par la contemplation nécessite généralement un long cheminement intérieur. En fin de compte, ce sera toujours Sa décision lorsqu'Il nous accordera la prière contemplative.

Mais la prière du cœur est bien adaptée pour lui préparer le terrain. Comme nous l'enseignent les maîtres de cette prière, elle aide à purifier le cœur, à ordonner les pensées et à se concentrer sur Dieu et sur notre propre cœur par l'invocation du Nom du Seigneur. Il s'agit alors d'aller plus profondément à l'intérieur de l'âme, là où Dieu lui-même fait sa demeure, comme il l'a lui-même promis (Jn 14,23), là où nous pouvons le rencontrer de plus en plus intimement. L'extraordinaire simplicité de la prière du cœur, qui nous aide à contenir et à calmer les sens externes, permet à l'Esprit Saint de nous pénétrer à une telle profondeur que sa présence nous devient perceptible. Les pères de la prière parlent d'une sorte de chaleur intérieure qui naît dans le cœur lorsque nous pratiquons une prière du cœur intense et régulière.

Si nous nous retirons fréquemment dans notre "cellule intérieure", nous ne nous laisserons plus absorber par la dynamique du monde extérieur dans notre vie quotidienne, car, au milieu de nos devoirs, nous saurons cultiver la prière intérieure. Lorsque cela se produit, nous acquérons une attitude contemplative, qui nous permet d'accomplir nos tâches dans le monde sur la base de la prière et de les imprégner de prière. Peut-être pouvons-nous appliquer ici une comparaison que le Seigneur nous donne dans l'Évangile, lorsqu'il dit que ses disciples sont la lumière du monde (cf. Mt 5, 14) et lorsqu'il parle du levain qui fait lever toute la pâte (cf. Mt 13, 33).

Si nous nous référons à la prière du cœur, nous pouvons dire que c'est le levain qui fermente tout.

Gardons à l'esprit que cette prière est constituée de telle manière qu'elle peut être priée pratiquement à tout moment. De cette manière, l'Esprit Saint priera de plus en plus en nous et, par la prière, prendra en charge la direction de notre vie intérieure, ce qui aura également un impact sur notre vie quotidienne. Alors l'Esprit Saint nous incitera de plus en plus facilement à cultiver la prière et à nous retirer dans la sérénité d'un cœur de plus en plus pénétré par Dieu et modelé à son image et à sa ressemblance. Nous aurons atteint

l'antichambre de la contemplation, où nous pourrions attendre patiemment de voir si Dieu veut nous attirer plus profondément dans les mystères de son amour et dans la "dégustation" intérieure de sa présence.

.

Dans la prière du cœur aussi, nous devons passer par des étapes de sécheresse et de dispersion. Il peut même arriver que la prière que nous aimions tant devienne fastidieuse, au point que nous soyons tentés de la négliger. C'est alors que la persévérance et la fidélité doivent être mises en pratique, comme dans toute la vie de prière et dans la suite du Christ en général. Dieu nous conduira à travers les déserts intérieurs, qui doivent servir à consolider notre foi.

Certes, rares sont ceux qui, vivant dans le monde et ayant leurs obligations respectives à remplir, peuvent s'engager dans une prière aussi intense que celle que cultivent les moines. Mais même si nous ne pouvons pas la pratiquer avec la même intensité, la prière du cœur portera d'excellents fruits, enrichira notre vie de prière et approfondira notre relation avec Dieu.

Un dernier conseil pour conclure : si nous décidons d'inclure la pratique de la prière du cœur dans notre vie, nous ne devons en aucun cas négliger la récitation du Saint Rosaire. Ce trésor qui nous a été confié dans l'Église catholique a une valeur particulière en raison de la proximité de la Vierge Marie. Par conséquent, notre recommandation de pratiquer la prière du cœur n'est pas "l'un ou l'autre" ; il s'agit plutôt de l'ajout d'une prière précieuse tirée du riche trésor de l'Église universelle.

Méditation sur l'Évangile du jour : <https://fr.elijamission.net/2023/08/30/>